Dermatology and Aesthetic Centre

Laser Hair Removal

လေဆာဖြင့် မလိုလားအပ်သော အမွေးအမျှင်များအား ဖယ်ရှားခြင်း

လေဆာဖြင့် အမွေးအမျှင်ဖယ်ရှားခြင်း (Laser Hair Removal) ဆိုသည်မှာ

နောက်ဆုံးပေါ် လေဆာစက် ဖြင့် သင်၏အရေပြား၊ အမွေးအမျှင်အမျိုးအစားပေါ် မူတည်၍ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် Customized ကုသဂရုစိုက်မှုပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ လေဆာဖြင့်ကုသသည့်အခါတွင် အမွေးအမျှင်အရင်းရှိ ဆံခြည်အိတ်များ (Hair Follicles) မှတစ်ဆင့် လေဆာရောင်ခြည်ကိုစုပ်ယူ၍ Photothermolysis နည်းပညာဖြင့် အမွေးအမျှင်များ ထပ်မပေါက်လာအောင် ဖယ်ရှားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အမွေးအမျှင် များကိုတစ်ခြားနည်းလမ်းဖြင့် ဖယ်ရှားလို့ ရပါသလား?

Waxing, Plucking, Threading, Chemical Cream, Electrolysis နည်းပညာများဖြင့်လည်း အမွေးအမျှင်များကို ဖယ်ရှား၍ ရနိုင်ပါသည်။

ဘာကြောင့် လေဆာနည်းလမ်းကိုသာ ရွေးချယ်သင့်ပါသလဲ

လေဆာနည်းပညာသည် မြန်ဆန်ပြီးတစ်ခြားနည်းလမ်းများနှင့် ယှဉ်သည့်အခါမှာ လုံးဝမနာမကျင်သော ကုသမှု အမျိုးအစား ဖြစ်ပါသည်။ အချိန်တိုအတွင်းမှာပင် ထိထိရောက်ရောက်နှင့် အမွေးအမျှင်ထွက်မလာအောင် ကုသနိုင်ခြင်းသည်လည်း လေဆာနည်းပညာ၏ အားသာချက်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

ဘယ်လိုလူတွေက Laser Hair Removal လုပ်ရန်သင့်တော်ပါသလဲ?

လူတိုင်းနီးပါး Laser နဲ့ Hair Removal လုပ်နိုင်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် အသားအရေဖျော့ပြီး နက်မှောင်သည့် အမွေးအမျှင်ကြမ်းများရှိသောသူများတွင် လေဆာထိရောက်မှုသည် ပို၍သိသာပါသည်။ ယခုနောက်ပိုင်း နည်းပညာများ တိုးတက်လာခြင်း ကြောင့် အသားအရေညိုသောသူများအတွက်လည်း တန်းတူထိရောက်သည့် လေဆာကုသမှုများ ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပြီဖြစ်ပါသည်။

လေဆာဖြင့် ကုသပြီး အချိန်မည်မျှအကြာတွင် အမွေးအမျှင် လုံးဝထပ်ထွက်လာခြင်းမရှိတော့မှာလဲ?

လူတစ်ယောက်နှင့်တစ်ယောက်ပေါ် မူတည်ပြီး ကြာချိန်ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ကုသမှု (၅-၇) ကြိမ် ခံယူပြီးသည့်နောက်မှာတော့ အမွေးအမျှင် (၅၀) ရာခိုင်နှုန်းကျော် လျော့နည်းသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

လေဆာကုသမှုအကြိမ်ရေ မည်မျှ လုပ်ဖို့လိုပါသလဲ?

လူနာအများစုအနေဖြင့် (၄)ပတ်မှ (၈)ပတ်အတွင်း ကုသမှု (၆)ကြိမ်မှ (၁၀)ကြိမ်ဝန်းကျင်ခန့်အထိ လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

ကုသမှု ဟာနာကျင်မှုရှိသလား?

များသောအားဖြင့် လေဆာဖြင့်ကုသမှုခံယူနေစဉ်တွင် ဆတ်ခနဲဆတ်ခနဲ ခံစားမှုမှလွဲ၍နာကျင်မှုမရှိတတ်ပါ။

လေဆာကုသမှု ခံယူ၍ မရသောသူများမှာ

ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များနှင့် နို့တိုက်ကျွေးနေသော မိခင်များသည် လေဆာကုသမှု မခံယူသင့်ပါ။

လေဆာကုသမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော Side Effect များ

လေဆာကုသမှုသည်ယေဘူယျ အားဖြင့် ဆိုးကျိုးမရှိတတ်ပါ။ သို့သော် ကုသမှုတိုင်းတွင် Side Effect များရှိနိုင်သည့် အတွက်

- အရေပြားနီ၍ ယောင်လာခြင်း (နာရီပိုင်းအတွင်းမှာပင် ပြန်လည်ပျောက်ကင်းပါသည်။)
- အရေပြားအရောင် ဖျော့သွားခြင်း/ရင့်သွားခြင်း
- အပူဖု၊အမာရွတ် ကျန်ခြင်း (ဖြစ်နိုင်ခြေအရမ်းနည်းပါသည်။)
- လေဆာဖြင့်ကုသော အရေပြားတစ်ပိုက်တွင် အမွေးအမျှင်များပို၍ထွက်လာခြင်းစသည့် Side Effect များရရှိနိုင်ပါတယ်။

လေဆာကုသမှု Laser Hair Removal မခံယူမီ မည်သည့်အရာများကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမလဲ?

- Sun Bathing, Tanning, Waxing, Chemical Peeling, Collagen Injection စတာတွေကိုကုသမှု မခံယူမီ (၂-၃)ပတ် အတွင်းရှောင်ဖို့လိုပါသည်။
- ကိုယ်ကုသမှုခံယူမည့်နေရာတစ်ပိုက် (ဥပမာ- ချိုင်း၊ ခြေသလုံး) မှာလေဆာမကုသမီနဲ့ ကုသပြီး (၁)ပတ်အတွင်း ရေမွှေး၊ အနံ့ပျောက် စပရေးစသည်တို့ကို မသုံးပါနှင့်။
- Aspirin, Ibuprofen တို့လို အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများ မသုံးစွဲပါနှင့်။ (လေဆာနဲ့ ကုသမှုပြီးလျှင် Bruise တွေပေါ်လာနိုင်ပါသည်။)
- ကိုယ့်အရေပြားကို Photosensitive ဖြစ်စေမည့် လိမ်းဆေးများကိုလည်း ခဏနားထားပါ။ ကုသမှု မခံယူမီ (၂)ပတ်အတွင်း ပိုးသတ်ဆေး၊ Retinol စသည့်ဆေးများသောက်ခြင်း၊ နေလောင်ခံခြင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ် ထားရပါမည်။
- ကုသမှုခံယူမည့်နေ့မှာ လေဆာဖြင့်ကုသမည့်နေရာတစ်ပိုက် မိတ်ကပ် (သို့) Lotionများ လိမ်းထားခြင်း၊ ရေမွှေးဆွတ်ခြင်းများကိုလုပ်ဆောင်မလာဖို့လိုပါသည်။ ဆေးခန်းသို့မလာမီ အမွေးအမျှင်များကိုရိတ်လာရမည်ဖြစ်ပါသည်။

လေဆာကုသမှုမခံယူခင် အချိန်မည်မျှကြိုတင်၍ အမွေးအမျှင်များကို ရိတ်လာရမလဲ?

ဆေးခန်းသို့မလာမီ (၁)ရက်ကြိုတင်၍ အမွေးအမျှင်များကိုရိတ်ခဲ့ရပါမည်။ သို့မှသာ လေဆာနည်းပညာဖြင့်ကုသသည့် အချိန်တွင် Follicles ဟုခေါ်သည့် ဆံချည်အိတ်အရင်းလေးများကို လွယ်ကူစွာ ရှာနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။
(လေဆာနဲ့ကုသပြီး Contact Dermatitis ဟုခေါ်သော အရေပြားရောင်ခြင်းမရှိစေရန် Razor အသစ်ဖြင့် ရိတ်ရန် အကြံပြုပါသည်။

လေဆာကုသမှုခံယူတဲ့အခါ

လေဆာရောင်ခြည်များကို ကာကွယ်ရန် သင့်အားလေဆာကာကွယ်ပေးနိုင်သော မျက်မှန်တပ်ဆင်ပေးထားမည်ဖြစ်ပါသည်။ လေဆာစက်၏ ထိပ်တွင် ဂျယ်တစ်မျိုးကိုသုတ်လိမ်းပြီး လေဆာမှ ထွက်လာသော ရောင်ခြည်အပူဖြင့် ဆံခြည်အိတ်လေးများကို ဖျက်ဆီးလိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကုသမှုခံယူနေစဉ်အတွင်းတွင် အနည်းငယ်နေထိုင်ရခက်ခဲတာမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

လေဆာကုသမှုခံယူပြီးသောအခါ

လေဆာဖြင့် ကုသသော နေရာတစ်ပိုက်တွင် နီရဲလာခြင်းနှင့် အနည်းငယ်ရောင်ရမ်းလာခြင်းများသည်ပုံမှန်ဖြစ်ရိုးဖြစ်စဉ် တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ တစ်နာရီခြားတစ်ခါ (၁၀)မိနစ်ခန့် ရေခဲအိတ်ကပ်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာအောင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ နာခြင်း ၊ ကိုက်ခြင်း စသည်တို့ခံစားရပါက Analgesic အကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများသောက်ခြင်းဖြင့် သက်သာနိုင်ပါသည်။

လေဆာကုသမှုခံယူပြီးဆောင်ရန်နှင့် ရှောင်ရန်များ

- Plucking, Waxing, Electrolysis များမလုပ်ပါနှင့်။
- ကုသမှု ခံယူပြီးတစ်ပတ်ခန့် နေရောင်ခြည်ဖြင့် တိုက်ရိုက်ထိတွေ့ မှုမရှိစေရန် ဂရုစိုက်ရပါမည်။
- မျက်နှာတစ်ပိုက် လေဆာကုသမှု ခံယူထားသူများ (၂၄)နာရီ အတွင်းမိတ်ကပ် လိမ်းခြင်းမပြုလုပ်ရပါ။
- နေလောင်ခံ Sunscreen မကြာခဏလိမ်းပေးရပါမည်။ Broad-Spectrum Protection (UVA, UVB) ပေးပြီး SPF 30 ကျော်သော နေလောင်ခံလိမ်းဆေးမျိုးကိုရွေးချယ်ပါ။ အပြင်မထွက်မီ မိနစ် (၂၀)ခန့်ကြိုတင်ပြီး Sunscreen လိမ်းခြင်းများ၊ နေရောင်ခြည်ထဲသို့မဖြစ်မနေသွားရခြင်းအတွက် ဦးထုပ်၊အင်္ကျီ လက်ရှည်စသည်ဖြင့်တို့ဖြင့် လေဆာကုသထားသော နေရာတစ်ပိုက်အားကာကွယ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။
- ကုသမှုခံယူပြီး (၁) ပတ်အတွင်း Scrubs, Toners, Glycolic Acid, Retinoids (Retin-A or Retinol) or Bleaching Creams များကို အသုံးမပြုရန် အကြံပြုလိုပါသည်။